

美味しい農産物の宝庫 にいがたのうまいもん～中越編②～

「新潟県といえば米」というイメージがありますが、長く広い新潟県ではそれぞれの地域に沿った農産物が栽培され産地の育成やブランド化に取り組んでいます。

前回に引続き「中越地域」の中で、魚沼市を中心とした県東南部「魚沼エリア」で大事にされてきた伝統作物から、食卓の定番、新たなニューフェイスまで、美味しい「にいがたのうまいもん」を紹介いたします。

にいがたのうまいもん（中越編②）

魚沼エリアのおすすめ品

『なす（深雪なす）』

魚沼市で高い評価を受ける深雪なすは、最高クラスの甘味と、柔らかく歯切れもよく、アクが少なく、生でもおいしくいただけます。皮の色素に含まれるナスニンは、活性酸素を抑えるといわれます。



写真提供：北魚沼農業協同組合

『うるい』

人気が上がっている山菜の代表格です。若葉がやわらかく、特有のヌメリが旨味のひとつです。味や香りにクセがなく、独特の歯ごたえが好評です。



写真提供：北魚沼農業協同組合

『すいか』

魚沼の土と水で育ったみずみずしいすいかです。皮の近くまで甘いという糖度の高さ、シャリとした食感のよさで高い評価を得ています。



写真提供：北魚沼農業協同組合

『メロン』

小千谷市を中心に「タカミ」、「ボクの夏」など4品種が栽培されています。栽培期間中は、一株一株手作業でつるを整理し、高品質なメロン生産にこだわっています。



写真提供：越後おぢや農業協同組合



魚沼エリアのおすすめ品

『カリフラワー』

きめ細やかで、純白な色あいのカリフラワーは新潟県産ブランド野菜として、転作田を中心に栽培が拡大しています。カリフラワーは、ビタミンCを多く含み美容と健康に最適です。



写真提供：越後おぢや農業協同組合

『アスパラガス』

津南町や湯沢町では、日較差の大きい内陸気候を活かして、古くから栽培が続けられています。最近では、長期どり栽培が主流で、丁寧な土づくりと管理により、春から秋まで収穫が続き、直売所でも人気の高い野菜です。



写真：信濃川水系土地改良調査管理事務所

『にんじん』

日本有数の豪雪地帯津南町で、初冬から春にかけて3ヶ月以上深い積雪下で栽培され、独特の甘味や旨味を持ったにんじんです。令和元年6月に、「津南の雪下にんじん」としてGI（地理的表示保護制度）登録されています。



写真：信濃川水系土地改良調査管理事務所

『ユリ（雪美人）』

津南町は、夏の冷涼な気候がユリの栽培に適しており、「雪美人」のブランド名で知られるユリの一大産地です。独自の出荷規格と厳しい選別による品質の評価と、組合員の努力と研鑽・団結力が評価され、平成11年には日本農業賞大賞を受賞しました。



写真：信濃川水系土地改良調査管理事務所